**Консультация**

( для педагогов )

" **Организация работы по обучению игре в футбол старших дошкольников"**

Футбол - подвижная игра с мячом, одна из самых популярных игр в нашей стране и мире. Обучение футболу отвечает всем требованиям психомоторного развития старших дошкольников.

Разнообразие технических и тактических действий игры в футбол и собственно игровая деятельность обладают уникальными свойствами для формирования жизненно важных навыков и умений у детей, всестороннего развития их физических и психических качеств. Освоенные двигательные действия игры в футбол и сопряжённые с ним физические упражнения являются средствами укрепления здоровья.

Целевые ориентиры освоения программы включают в себя интегративные качества ребёнка, которые он может приобрести в результате освоения программы: физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками; любознательный, активный; эмоционально отзывчивый; овладевший средствами общения и способами взаимодействия с взрослыми и сверстниками; способный управлять своим поведением и планировать свои действия на основе первичных ценностных представлений, соблюдающий элементарные общепринятые нормы и правила поведения; способный решать интеллектуальные и личностные задачи (проблемы), адекватные возрасту; имеющий первичные представления о себе, семье, обществе, государстве, мире и природе; овладевший универсальными предпосылками учебной деятельности - умениями работать по правилам и по образцу, слушать взрослого и выполнять его инструкции; овладевший необходимыми умениями и навыками.

**Цель:** Обеспечить оптимальную двигательную активность и укрепление здоровья через организацию занятий с использованием приёмов (элементов) техники владения мячом в футболе.

**Задачи:**

- развивать основные физические качества и повышать функциональные возможности организма дошкольников;

- формировать у детей интерес к занятиям физической культурой с элементами футбола;

- познакомить и разучить приёмы (элементов) техники владения мячом в футболе;

**Особенности программы:**

Форма проведения реализуется 1 раз в неделю во время организованной образовательной деятельности в основных движениях, во время проведения спортивной игры. Состав детей группы - от 6-7 лет. Количество детей – 10 человек.

**Методические рекомендации:**Основные формы тренировочного процесса: групповые тренировочные и теоретические занятия, соревновательные занятия, тестирование и медико-педагогический контроль.

**Методы:**

- словесной передачи знаний и руководства действиями занимающимися: объяснение, рассказ, беседа;

- обучения техники и тактики: демонстрация (показ), разучивание технико-тактических действий, разработка вариантов технико-тактических действий, творческие задания в процессе тренировки и соревнований;

- выполнения упражнений для развития физических качеств: непрерывный, повторный, круговой, игровой, соревновательный.

- Наглядные методы обучения (демонстрация и показ);

Направленность: комплексная и тематическая.

*Основными средствами являются физические упражнения из других видов спорта,* направленные на развитие ловкости, гибкости, быстроты, которые в этой возрастной группе имеют благоприятные развития.

*Изучение элементов техники футбола* в этом возрасте целесообразно вести целостным методом с некоторым акцентом на детали выполнения (демонстрация чёткого и правильного выполнения, а затем объяснения и указания на главные моменты действий) и систематически их закреплять. Закреплять технические приёмы целесообразно в обстановке, приближённой к игровой (игры в двое ворот на площадке размером 8х5, 12х8, 15х10 метров и т.д. в разных составах 1х1, 2х2, 3х3), время игры каждой пары составов 3-5 минут.

*Инвентарь и оборудование:* уменьшенные и облегчённые мячи (футбольный мяч №4 или волейбольный мяч), манишки нескольких контрастных цветов, стойки, разметочные фишки, ворота уменьшенных размеров.

**Тематический план направления «Футбол»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Виды подготовки** | **36 недель** | |
| 1. | Теоретическая подготовка | 1 занятие |  |
| 2. | Охрана труда и техника безопасности | В процессе занятий | |
| 3. | Общая физическая подготовка | 20 |  |
| 4. | Специальная физическая подготовка | 2 |  |
| 5. | Техническая подготовка | 10 |  |
| 6. | Тактическая подготовка | 2 |  |
| 7. | Соревновательная подготовка, контрольные нормативы | 2 |  |
| 8. | **Всего часов** | **36** |  |

**Содержание программы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Месяц** | **Содержание** |
| Сентябрь  Октябрь  Ноябрь  Декабрь  Январь  Февраль  Март  Апрель  Май | *Ходьба* - обычная, на носках с разным положением рук, на носках с разными положениями рук, на пятках, на внешней и внутренней стороне стопы, с высоким подниманием колена (бедра), широким шагом, приставным шагом правым и левым боком, лицом вперёд, спиной вперёд, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие с разбега (высота до 40 см.). Удар по неподвижному и движущемуся мячу правой и левой ногой внутренней стороной стопы, внутренней и средней частями подъёма) по воротам, в стену с расстояния от 2 до 4м; Обманные движения с места - движение влево, с уходом вправо и наоборот;  Ходьба в сочетании с другими видами движений. Удар по неподвижному и движущемуся мячу правой и левой ногой внутренней стороной стопы, внутренней и средней частями подъёма) по воротам, в стену с расстояния от 2 до 4м;  Бег*.* Бег обычный, на носках, высоко поднимая колено, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперёд, мелким и широким шагом. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, по четыре, в шеренге. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2-3 минут. Бег со средней скоростью на 80-120м (2-4 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3-5 раз по 10 м. Бег на скорость: 30м.  Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой с поворотами, змейкой, врассыпную Бег в колонне по одному, по двое, старты из разных исходных положений, в разных направлениях, с разными заданиями, с преодолением препятствий Остановка мяча ногой (внутренней стороной стопы, подошвой) катящегося на встречу;  Прыжки через 6-8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, верёвку вперёд и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Лазание по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрёстного и одноимённого движения рук и ног, перелезанием с пролёта: на пролёт по диагонали. Отбор мяча (отбивание ногой в выпаде);  Подпрыгивание на двух ногах, стоя на скамейке, продвигаясь вперёд; прыжки на двух ногах с продвижением вперёд по наклонной поверхности. Ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров;  Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (рас-стояние 3-4м), из положения, сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание; мяча правой и левой рукой поочерёдно на месте и в движении. Перебрасывание набивных мячей. Прыжки с высоты 40см, в длину с места (около 100см), в длину с разбега (180-190 см), вверх с места, доставая предмет, подвешенный на 25-30 см выше поднятой руки ребёнка, с разбега; (не менее 50см). *Групповые упражнения с переходами.* Построение самостоятельно в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, трое, по четыре на ходу, из одного круга в несколько.  Общеразвивающие упражнения: Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого пояса. Поднимать руки вверх, вперёд, в сороны, вставая на носки (из положения стоя, пятки вместе, носки врозь), отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам. Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперёд и в стороны; отводить локти назад (рывки 2-3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью. Вбрасывание мяча руками из-за боковой линии с места из положения ноги вместе, параллельного расположения ног на дальность, и в коридор шириной 2м.  ***Техническая подготовка.***  *Техника передвижения:* различные виды бега («змейкой»; беге изменением темпа по команде (ускорение, замедление); спиной вперёд; со сменой направляющего; в колонне по одному с перестроением в пары по сигналу; догоняя впереди бегущего; выполняя задания воспитателя; с препятствиями; в чередовании с другими движениями; обегая предметы и т.п.); различные виды прыжков, подскоки.  *Техника владения мячом и основные способы их выполнения:*  1.Удар по неподвижному и движущемуся мячу правой и левой ногой внутренней стороной стопы, внутренней и средней частями подъёма) по воротам, в стену с расстояния от 2 до 4м;   1. Остановка мяча ногой (внутренней стороной стопы, подошвой) катящегося на встречу; 2. ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров; 3. Обманные движения с места - движение влево, с уходом вправо и наоборот; 4. Отбор мяча (отбивание ногой в выпаде); 5. Вбрасывание мяча руками из-за боковой линии с места из положения ноги вместе, параллельного расположения ног на дальность, и в коридор шириной 2м. |

**Игры и упражнения, направленные на формирование двигательных качеств элементов техники футбола.**

**Упражнение 1.**

***Задача.*** Уход с финтом в сторону от соперника.

**Организация и содержание.**

Две группы игроков стоят в колонне по одному - одна напротив другой, между ними - стойки. Первые игроки из каждой команды бегут навстречу друг другу, пока оба не окажутся на расстоянии 2-3 м друг от друга. Здесь они показывают друг другу уход в одну сторону, после чего бегут в другую, огибая стойку с разных сторон. Затем оба пристраиваются в хвост противоположной колонны и ждут своей очереди.

**Инвентарь.** Пять стоек.

**Рекомендация:** Уход следуетотрабатывать в обе стороны. По мере освоения управления скорость и темп должны увеличиваться.

**Упражнение 2.**

**Задача.** Опека и преследование.

**Организация и содержание.**

Две колонны игроков в 12-15м друг против друга, работа в парах. Игрок бежит в направлении противоположной колонны, а его партнёр следует за ним «тенью» в 1-2 метрах сзади. Ведущий часто меняет направление движения, партнёр стремится максимально точно повторять каждое движение. Как только они достигнут другой стороны, стартует следующая пара - в противоположном направлении. В каждой паре ведущий и ведомый меняются.

**Инвентарь.** Четыре стойки.

**Рекомендация.** Начинать упражнения в медленном темпе (для качественного усвоения), по мере освоения постепенно темп увеличивается.

**Упражнение 3.**

**Задача.** Ведение внутренней и внешней стороной стопы.

**Организация и содержание.** Восемь конических стоек устанавливаются на равном расстоянии друг от друга по линии центрального круга. Восемь игроков, каждый со своим мячом, располагаются у стоек лицом к центру круга. По сигналу инструктора все бегут к центру, после чего меняют направление, разворачиваются и бегут к следующей стойке, перемещаясь по кругу по часовой стрелке. Игроки бегут последовательно в центр и потом к следующей стойке, двигаясь по кругу. Для усложнения можно дать задание, чтобы игроки двигались в обоих направлениях, использовали обе ноги, ускорялись или отрабатывали уже известные приёмы мячом или иные движения.

**Инвентарь.** Девять стоек, у каждого игрока по одному мячу.

**Рекомендация.** Когда игроки ведут мяч в одном направлении, можно дать команду: «Смена!», после чего они должны мгновенно перейти к движению в обратном направлении.

**Отличительные особенности программы:**

Регламентом данной Программы предполагается зачисление детей на спортивно-оздоровительный этап с 6-летнего возраста, желающих заниматься оздоровительными физическими упражнениями и футболом, не имеющие медицинских противопоказаний к данному виду деятельности.

Режим учебно-воспитательного процесса соответствует требованиям СанПиНа 2.4.4.1251-03. Расписание занятий в спортивно - оздоровительных группах подготовки составляется с учётом того, что они являются дополнительной нагрузкой к образовательной работе детей в образовательной организации.

Наполняемость минимальный состав группы 10 человек.

В рамках программы:

- разработана и исполнена предметная среда в спортивном зале (ворота для игры в футбол, подбор мячей);

Основными направлениями в работе кружка являются:

-укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма дошкольников;

- формирования у детей интереса к занятиям физической культурой с элементами футбола;

- гармоничное физическое развитие через организацию занятий с использованием приёмов (элементов) техники владения мячом в футболе;

- применение интеграции образовательных областей направленных на оптимальную двигательную активность дошкольников.

**Взаимодействие с родителями:**

В течении обучающего периода предлагаю родителям посещение занятий в кружке, с целью просмотра и отслеживания качества работы с детьми; провожу беседы родителями воспитанников, анкетирование с целью выявления желания детей заниматься в кружке.

**Ожидаемые результаты:**

Контрольные срезы проводятся на начало и конец учебного года.

У ребёнка должны быть сформированы умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности:

- иметь представление о значении физическими упражнениями для укрепления здоровья, о личной гигиене и закаливании;

- иметь навыки безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивным инвентарём и оборудованием;

- следит за правильной осанкой;

- ознакомлен с основными элементами техники футбола:

1. Техника передвижения: различные виды бега («змейкой»; беге изменением темпа по команде (ускорение, замедление); спиной вперёд; со сменой направляющего; в колонне по одному с перестроением в пары по сигналу; с препятствиями;

2.Техника владения мячом и основные способы их выполнения:

а) удар по неподвижному и движущемуся мячу правой и левой ногой( внутренней стороной стопы, внутренней и средней частями подъёма) по воротам, в стену с расстояния от 2 до 4 м;

б) Останавливать мяч ногой (внутренней стороной стопы, подошвой) катящейся на встречу;

в) Ведение мяча (средней и внешней частью подъёма) только правой или только левой ногой по - прямой, между стойками (змейкой) и движущихся партнёров;

г) Обманные движения с места - движение влево, с уходом вправо и наоборот;

д) Отбор мяча (отбивание ногой и выпаде);

е) Вбрасывание мяча руками из-за боковой линии с места из положения ноги вместе, параллельного расположения ступней ног на дальность, и в коридор шириной 2м.

ж) Ознакомление с тактикой игры в футбол по упрощённым правилам в ограниченных составах 1Х1, 2Х2, 3Х3.

Литература:

1. Программа интегративного курса физического воспитания для дошкольников подготовительной группы на основе футбола.

Центр организационно-методического обеспечения физического воспитания Департамент образования города Москвы. Москва-2013г.,

Авторы-составители: В.А.Круглыхин, Е.В.Ломакина, Разова Е.В.